

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 79 (2022)  
**Heft:** 12

**Vorwort:** Editorial

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Erkenntnis und Wirkung

**Liebe Leserinnen, liebe Leser**

Wieder ein Jahr, das mit mehr Herausforderungen zu Ende geht als es begonnen hat. Optimistisch bleiben ist da nicht gerade einfach. Gleichwohl scheint es mir wichtig, das Gute in unserem Leben zu betrachten, wertzuschätzen – und auch zu geniessen. Denn das vermag, uns Kraft zu geben. Und diese Kraft können wir gut gebrauchen, um den Unwägbarkeiten der nahen Zukunft zu begegnen.

Schlichtes Beispiel: Mir hat es bei der Arbeit an dieser Dezember-Ausgabe das Herz ein wenig leichter gemacht, nach besonders niedlichen Fotos zum Thema Eichhörnchen zu suchen. Mein ohnehin grosses Faible für die kleinen Pelztiere hat sich noch einmal verstärkt, je mehr ich über ihre Fähigkeiten erfuhr. Vertiefte Einsicht gewinnen in etwas, was man alltäglich zu kennen glaubt und daraus ein staunendes Glücksgefühl zu entwickeln: Ist das nicht eine wunderbare menschliche Fähigkeit? Ich finde schon.

Erkenntnisgewinn zu vermitteln, halte ich ohnehin für eine unentbehrliche Tugend im Journalismus. Oder anders formuliert: (Ihnen) Aha-Effekte zu beschern und auch gleich den Schwung dazu, etwas daraus zu machen. Mit Blick aufs bevorstehende Jahresende könnte man von guten Vorsätzen sprechen, aber wie wir alle wissen, sind die selten nachhaltig.

Wichtiger ist wohl, wirklich zu verstehen, warum einem etwas hilft oder im Gegenteil die Gesundheit eher beeinträchtigt. Zu diesem Verständnis möchten wir beitragen, mit dieser Ausgabe, in 2023 und darüber hinaus.

Wir wünschen Ihnen Vitalität, Lebensfreude, zahlreiche humorvolle Alltagsmomente und alles, was Ihnen einen Moment der Leichtigkeit in schwierigen Zeiten zu schenken vermag.

Alles Gute zum Jahreswechsel!  
Herzlichst, Ihre

*Andrea Pauli*

Andrea Pauli  
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
info@verlag-avogel.ch  
www.gesundheits-nachrichten.ch